

Ежедневное меню основного (организованного) питания

на " 11 " июля 20 19 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюд			
		Вес блюда (грамм)		Энергетическая ценность блюда (килокалорий)	
		1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет
Завтрак	Каша, рисовая пшеница	130	150	126.5	153.5
	Бутерброд с маслом	40	50	100.4	126.5
	Хлеб пшеничный	-	20	-	33.8
	Корейский салат	180	200	68.8	76.0
II завтрак	Фрукты	100	100	96.0	96.0
Обед	Салат из овощей	40	60	36.5	54.6
	Суп с копченой рыбой	150	200	89.6	120.0
	Щи со сметаной	60	80	159.2	214.2
	Филе картофельное	120	150	115.8	144.9
	Сок лимонный	150	200	64.5	86.0
	Хлеб пшеничный	20	30	33.8	50.6
	Хлеб пшеничный	15	20	30.1	40.2
Подник	Финанка сдобная	30	30	161.5	161.5
	Молоко кипяченое	150	200	82.5	110.0
Ужин	Салат из помидор, огурцов	40	60	23.0	34.9
	копченый.				
	Омлет натуральный	150	200	200.8	266.0
	Чай с сахаром	180	180	20.4	20.4
	Хлеб пшеничный	25	20	42.2	33.8